

بناء مقياس الاحتراق النفسي لدى الرياضيين في محافظة نينوى

mohamed_kh8285@yahoo.com

جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضةم. د محمد خير الدين صالح
م. محمد خالد محمد داوود

قبول البحث: ٢٠١٩/٦/٣

استلام البحث: ٢٠١٩/٣/١٣

المخلص

يهدف البحث إلى: بناء مقياس الاحتراق النفسي لدى الرياضيين في محافظة نينوى وكذلك التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى الرياضيين في محافظة نينوى وضع مستويات معيارية لعينة البحث بمقياس الاحتراق النفسي. استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة البحث، اشتمل مجتمع البحث على لاعبي أندية محافظة نينوى (مركز مدينة الموصل) والبالغ عددهم (٧) أندية وهم (عمال نينوى، الفتوة، نينوى، المستقبل المشرق، الموصل، الفتاة، اياد شيت) والبالغ عددهم (٢٦٧) لاعب ولاعبة، قسم الى عينة بناء المقياس والبالغ عددها (١٣٠) لاعب ولاعبة وعينة تطبيق يبلغ عددها (١٠٠) لاعب ولاعبة بعد استبعاد اللاعبين لأسباب تتعلق بالثبات والتجربة الاستطلاعية وعدم اكمال الاجابات ولأجل التحقق من اهداف البحث قام الباحثان ببناء مقياس الاحتراق النفسي للرياضيين وفق الاسس العلمية المتبعة ببناء المقاييس، وتم معالجة البيانات التي حصل عليها الباحثان باستخدام (الوسط الحسابي. الانحراف المعياري. قانون النسبة المئوية، معامل الارتباط البسيط، اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، واختبار تحليل التباين واختبار شيفيه وتم استخراج هذه الوسائل بالاعتماد على نظامي الـ (SPSS) والـ (EXIL) في ضوء المعالجة الاحصائية استنتج الباحثان ما يأتي:

- فاعلية المقياس الذي تم بنائه لقياس درجة ومستوى الاحتراق النفسي لدى لاعبي الالعاب الجماعية في محافظة نينوى .

- ارتفاع درجة الاحتراق النفسي لدى لاعبي الالعاب الجماعية في محافظة نينوى .

- تباين درجات الاحتراق النفسي في فعاليتي كرة القدم وكرة قدم الصالات مع باقي الفعاليات الاخرى قيد البحث.

الكلمات المفتاحية: الاحتراق النفسي، الالعاب الجماعية

Building the Psychological combustion scale among Athletes in Nineveh Governorate

Dr. M. Kh. Saleh

Lec. Kh. M. Dawod

ABSTRACT

The research aims to:

- Building the Psychological combustion scale among Athletes in Nineveh Governorate
- Identification of the level of psychological combustion among athletes in Nineveh Governorate
- Setting standard levels of the research sample on the psychological combustion scale.

The two researchers used the descriptive approach due to its suitability the nature of the research. The research population included the players of the seven Nineveh center clubs (Nineveh workers, Al-Fatowa, Nineveh, Al-Mustaqbal Al-Mashreq, Al-Mosul, Al-Fatat and Iyad Shit), their number (267) boys and girls players, and was divided into a sample the scale building of (130) boys and girls players and an application sample of (100) boys and girls players after excluding the players for reasons due to stability, exploratory experiment and uncompleted answers. For verification of research objectives, the researchers built a scale of psychological combustion of athletes according to the Scientific foundations followed to building scales. The data obtained by researchers were was treated using the (arithmetic mean, standard deviation, percentage law, simple correlation coefficient, T test for two independent samples, analysis of the variance and Schiffée test), and these measurements have been extracted using SPSS and Excel) In the light of statistical processing, the researchers concluded the following:

- Effectiveness of the scale that was built to measure the degree and level of psychological combustion in the players of the collective games in the province of Nineveh.

- The degree of psychological combustion among the players of the collective games in the province of Nineveh was increased.

١- المقدمة

يعد الاحتراق ظاهرة نفسية اجتماعية تتسق مع العلل والامراض للموقف او الحالة التي تصيب العديد من الاشخاص اثناء مرورهم بالأزمات النفسية والتي تسببها بالدرجة الاولى الضغوط النفسية التي تعترض الاشخاص ، ومنها ضغوط العمل والتي تؤدي الى حالة الاجهاد كنتيجة للزيادة المستمرة في التعرض الى الابعاء التي تزيد عن مقدرة الافراد على تحملها وبالتالي فان حالة الاجهاد المتكررة هذه قد تصل بالافراد الى ما يعرف بظاهرة الاحتراق النفسي وماهي الا رد فعل سلبي كنتيجة للضغوط النفسية المتراكمة على الافراد.

وفي "دراسة اجراها العالم (فرويد نيرجر) على العاملين في الوظائف المهنية المختلفة كالتدريس والطب وغيرها ، تبين له بان هنالك حالة من الاستنزاف الانفعالي والعقلي والبدني تؤدي الى مفهوم سلبي للشخص عن ذاته ، اضافة الى تكوين اتجاهات سلبية في العمل والحياة والناس الاخرين ، فضلا عن افتقاد المثالية والشعور بالغضب". (حمد ، ٢٠١٢ ، ٥٣٣) وعلى الصعيد الرياضي نشاهد او نقرأ بان لاعبا قد انخفض مستواه في بعض الاحيان ونسمع بان نفس هذا اللاعب قد انسحب او اعتزل من الممارسة الرياضية على الرغم من انه في عُمر يسمح له باللعب وممارسة الرياضة لسنوات عديدة ، هذا الانسحاب وصل اليه الرياضي نتيجة تعرضه لضغوط نفسية قد تتعلق بالضغوط الخاصة بالتدريب والمنافسة او الضغوط المرتبطة بالامور الشخصية والحياتية للرياضي ، مثل هذه الضغوط قد تولد لدى الرياضي العديد من الانفعالات والحالات السلبية كالتوتر والقلق والاستثارة الانفعالية والفسولوجية غير الطبيعية والتي تؤثر بالتالي على مستوى الرياضي والتي بدورها قد توصل الرياضي الى مرحلة الاجهاد ومن ثم الاحتراق النفسي هذا من جانب ، من الجانب الاخر فان هذه الظاهرة قد تحدث نتيجة الرغبة الشديدة والملحة عند الرياضي لتحقيق اهدا مثالية وغير واقعية وهذه الأهداف قد يفرضها المجتمع على الرياضي وعندما يفشل في تحقيق هذه الأهداف فانه وقبل كل شيء يقع تحت وطأة الضغط النفسي ومن ثم ينتقل بشكل تراكمي الى الاحتراق النفسي .

وفي الالعاب الجماعية(كرة القدم ، كرة قدم الصالات ، كرة السلة ، كرة اليد ، كرة الطائرة) نلاحظ بان الرياضيين يكونون اكثر تعرضاً للضغوط النفسية مقارنةً بالفعاليات الفردية على اعتبار ان هذه الفعاليات تكون اكثر متابعة من قبل مختلف وجميع المهتمين في المجال الرياضي من إداريين واعلام وجمهور خاصة على الصعيد المحلي المتمثل بالرياضة العراقية وعلى وجه الخصوص رياضي محافظة نينوى مما يزيد من حجم الضغوط على الرياضيين نتيجة لتركيز الرياضي او الفريق على عوامل لا يمكن التحكم فيها ولا يستطيع التدخل فيها لتغييرها مثل (الجمهور ، الاعلام ، وسائل التواصل الاجتماعي) بحيث يغلب تفكير الرياضيين في مثل هذه الفعاليات على مثل هذه المؤثرات وبالتالي يكون اللاعب اكثر عرضة للوصول الى حالة التوتر والشعور بالكبت والاجهاد وصولاً الى حالة الاحتراق النفسي.

من خلال ما تقدم فان أهمية البحث الحالي تظهر في أن طبيعة الضغوط النفسية التي يواجهها الرياضي سواء كانت من قبل المدرب او الاداريين او الجمهور وكذلك الصحافة تعطي أهمية كبيرة لدراستها وذلك لدورها في تحديد ابعاد هذه الضغوط التي كلما تطورت الالعاب الرياضية زادت فيها المطالب واصبحت دائرة الضغوط النفسية تتسع لذلك فان أهمية هذه الدراسة تتشكل في دراسة وتحديد الابعاد الحقيقية والجديدة لظاهرة الاحتراق النفسي لرياضي للفعاليات الجماعية والتي ما ان تحددت واتضح استطاع العاملين في المجال الرياضي من مدربين وأخصائيين الحصول على المعلومات الموضوعية عن الاحتراق النفسي الرياضي وبالتالي فان هذه القاعدة البيانية ستساعدهم في عمليات التوجيه والارشاد ووضع البرامج النفسية والارشادية وبالتالي فان ابعاد وفقرات هذا المقياس ما ان تحددت مع ما تقتضيه تطورات البيئة الرياضية العراقية فإنها ستساهم في مجال الاعداد النفسي كأحد المثريات المهمة على زيادة الدافعية لدى الرياضيين حتى يتمكنوا بالدرجة الاولى من ادارة الضغوط فضلا عن رفع مستوى الأداء لدى الرياضي والارتقاء بالمستوى المطلوب مما يجعل ممارسة الرياضة الرياضية خالية من المشاكل والتخلص من سلبياتها.

ونظراً لان هذه الفئة في المجتمع الرياضي هي اكثر عرضة للضغوط النفسية مقارنة بالفعاليات الاخرى خاصة مع تطور هذه الفعاليات على مستوى المشاهدة وعلى مستوى المشاركات وندرة الدراسات التي تناولت فئة الرياضيين باختلاف اجناسهم وفعاليتهم مقارنة بالمدربين والاداريين والحكام على مستوى ظاهرة الاحتراق رأى الباحثان ضرورة في التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لديهم وهذا يتطلب وسائل تساعد في ذلك، ومن هذه الوسائل توفر مقياس يقيس ذلك.

ومن هنا برزت مشكلة البحث والتي يمكن ايجازها على شكل التساؤلات الآتية:

- هل يوجد مقياس يقيس مستوى الاحتراق النفسي لدى لاعبي الالعاب الجماعية في محافظة نينوى؟

- ما هو مستوى ودرجة النفسي لدى لاعبي الالعاب الجماعية في محافظة نينوى وهل تختلف درجاتهم حسب فعاليتهم ؟

٢- الغرض من الدراسة

ان الغرض من هذا البحث هو بناء مقياس الاحتراق النفسي لدى الرياضيين في محافظة نينوى، فضلاً عن التعرف على درجة الاحتراق النفسي لدى الرياضيين في محافظة نينوى، بالإضافة الى وضع مستويات معيارية لعينة البحث بمقياس الاحتراق

النفسي، ومما يزيد من أهمية البحث الحالي هو محاولة الباحثان في التعرف على دلالة الفروق للاحتراق النفسي بين لاعبي فرق الألعاب الجماعية (كرة قدم، كرة قدم الصالات، كرة السلة، كرة اليد، كرة الطائرة) في محافظة نينوى.

٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

٣-١ منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملاءمته وطبيعة البحث.

٣-٢ مجتمع البحث:

اشتمل مجتمع البحث على لاعبي أندية محافظة نينوى والبالغ عدد اللاعبين المشاركين فيها (٢٦٧) لاعباً مثلوا الفعاليات الجماعية (كرة القدم، كرة قدم الصالات، كرة الطائرة، كرة السلة، كرة اليد).

٣-٣ عينة البحث

٣-٣-١ عينة البناء

ضمت عينة البناء (١٣٨) لاعب من مجتمع البحث اختيروا بطريقة عشوائية (بالقرعة) ويمثلون نسبة (٦٨،٥١٪) من مجتمع البحث، وتم اختيار (٨) لاعبين منهم بهدف إجراء الدراسة الاستطلاعية، بينما اعتبر اللاعبين الآخرون عينة لاستخراج صدق البناء، وقد حصل الباحثان على (١٣٠) استمارة صالحة للتحليل الإحصائي، وهي تمثل نسبة (٤٨،٦٨٪) من مجتمع البحث

٣-٣-٢ عينة التطبيق

تم تطبيق المقياس على ما تبقى من لاعبي الأندية قيد البحث الذين لم يتم اختيارهم عن طريق القرعة والبالغ عددهم (١٢٩) لاعب، ويمثلون نسبة (٤٨،٣١٪) من مجتمع البحث الكلي، وقد حصل الباحثان على (١٠٠) استمارة صالحة للمعالجة الإحصائية وهي تمثل نسبة (٣٧،٤٥٪) من مجتمع البحث، والجدول (١) يبين تفاصيل مجتمع البحث وعيناته

الجدول (١) يبين مجتمع البحث وعينته

عينة التطبيق الفعلية	عينة التطبيق المفترضة	الفعاليات الرياضية							الأندية الرياضية	
		عينة البناء الفعلية	عينة البناء المفترضة	المجموع	كرة سلة	كرة طائرة	كرة قدم الصالات	كرة يد		كرة قدم
١٨	٢٤	٣٠	٣٣	٥٦	١٠	١٢	١٢	-	٢٢	عمال نينوى
١٠	١٢	٢٠	٢٠	٣٢	-	-	١٢	٢٠	-	الفتوة
١٦	٢٠	١٥	١٨	٣٥	-	-	١٥	-	٢٠	نينوى
١٣	١٨	٢٠	٢٠	٤٠	١٠	١٠	-	-	٢٠	المستقبل المشرق
١٣	١٩	١٥	١٥	٣٦	-	-	١٤	-	٢٢	الموصل
١٨	٢٠	١٦	١٨	٣٦	١٢	١٢	١٢	-	-	الفتاة
١٢	١٦	١٤	١٤	٣٢	-	-	١٢	-	٢٠	ايد شيت
١٠٠	١٢٩	١٣٠	١٣٨	٢٦٧						المجموع
٣٧،٤٥٪	٤٨،٣١٪	٤٨،٦٨٪	٥١،٦٨٪	١٠٠٪						النسبة المئوية

٣-٣ أداة البحث:

لغرض تحقيق هدف البحث عمد الباحثان إلى بناء مقياس الاحتراق النفسي للرياضيين وفيما يأتي إجراءات بناء المقياس .

٣-٣-١ خطوات بناء مقياس الاحتراق النفسي:

اعتمد الباحثان الخطوات أعلاه في بناء مقياس الاحتراق النفسي وكما يأتي:

٣-٣-١-١ تحديد محاور (أبعاد) المقياس:

بعد اطلاع الباحثان على الأدبيات والأطر النظرية والمراجع ذات العلاقة بموضوع الاحتراق النفسي (علاوي، ١٩٩٨)، (محمود، ٢٠١١)، (عياصرة وحمدانة، ٢٠١١)، (حمد، ٢٠١٢) بصورة عامة فضلاً عن الدراسات السابقة (الرقاد، ٢٠٠٩)، (اللامي وآخرا، ٢٠٠٥)، (عبد العلي، ٢٠٠٣)، (علي، ٢٠٠٨)، قام الباحثان بعرض استبيان يضم مجموعة من المحاور الملحق (١)، على عدد من السادة الخبراء المتخصصين في مجال العلوم الرياضية والتربوية والنفسية الملحق (٢) بقصد معرفة آرائهم حول مدى شمولية هذه المحاور للاحتراق النفسي من خلال اختيار أو دمج بين المحاور، وبناء على آراء السادة الخبراء فقد تم اعتماد المحاور التي حصلت على نسبة اتفاق أكثر من (٧٥٪) والجدول (٢) يبين ذلك

جدول (٢) يبين محاور المقياس ونسب الاتفاق عليها

ت	المحاور	عدد الخبراء	المتفقين	النسبة المئوية
١	الإنهاك العقلي	١٢	١١	% ٩١,٦٦
٢	الإنهاك البدني		١٢	% ١٠٠
٣	الإنهاك الانفعالي		١٠	% ٨٣,٣٣
٤	نقص الانجاز الرياضي		٣	% ٢٥
٥	الضغوط النفسية		٧	% ٥٨,٣٣
٦	تبدل المشاعر	
٧	الإنهاك الأدائي	
٨	الإنهاك الأتجاهي		٤	% ٣٣,٣٣
٩	الإنهاك الدافعي		٧	% ٥٨,٣٣

٣-١-٢ أعداد الصيغة الأولية للمقياس:

إن إعداد الصيغة الأولية للمقياس يتطلب عدة إجراءات منها تحديد فقرات المقياس وفق المحاور التي تم تحديدها من قبل الخبراء والمتخصصين وبما يتلاءم وبيئة البحث ووضع التعليمات المتعلقة بكيفية الإجابة عنها وطريقة التصحيح.

٣-٣-١ تحديد أسلوب صياغة الفقرات والإجابة عنها:

اعتمد الباحثان على طريقة ليكرت (Likert) في بناء المقياس .

٣-٣-٢ صياغة فقرات المقياس:

وبعد الانتهاء من الخطوة الأولى لبناء المقاييس النفسية والمتضمنة الإطلاع على الأدبيات والبحوث والمقاييس السابقة وبعد تحديد المحاور الأساسية للمقياس، فقد قام الباحثان بإعداد الصيغة الأولية للمقياس بوضع عدد من الفقرات بالاستناد إلى المقاييس التي تناولتها الدراسات السابقة في مجال العلوم الرياضية والتربوية الخاصة بالاحترق النفسي وبما يتناسب مع كل محور وبواقع (٤٢) فقرة وقد توزعت الفقرات على محاور المقياس الثلاثة (الإنهاك العقلي (١٢) فقرة، الإنهاك الانفعالي(٢١) فقرة، الإنهاك البدني(٩) فقرة .

٣-٤-٣ صدق المقياس:

٣-٤-١ صدق المحكمين (الصدق الظاهري)

من أجل التحقق من صدق المقياس للأهداف التي وضع من أجلها تم عرضه بشكله الأولي على مجموعة من السادة الخبراء والمتخصصين من ذوي الخبرة في مجال العلوم الرياضية والتربوية والنفسية والقياس والتقويم إذ طلب من السادة الخبراء الحكم على مدى صلاحية فقرات المقياس، من خلال وضع علامة (√) أمام كل فقرة وتحت البديل المناسب (صالحة، غير صالحة، تصلح بعد التعديل) فضلاً عن تدوين التعديل المناسب في حقل (تصلح بعد التعديل) والجدول (٣) يبين نسبة اتفاق الخبراء على فقرات مقياس الاحترق النفسي

الجدول (٣) يبين نسبة اتفاق الخبراء الموافقين والرافضين على فقرات مقياس الاحترق النفسي

ت	المحاور	رقم الفقرات	عدد الخبراء	الموافقون	النسبة المئوية
١	الإنهاك العقلي	١٢-٩-٨-٧-٦-٤-٣-٢-١	١٥	١٥	% ١٠٠
		١١-١٠-٥		١٣	% ٨٦,٦٦
٢	الإنهاك الانفعالي	-١٣-١١-١٠-٩-٨-٧-٦-٥-٤-٢-١		١٥	% ١٠٠
		١٩-١٨-١٧-١٦-١٥		١٤	% ٩٣,٣٣
		٢١-١٢-٢٠		١٣	% ٨٦,٦٦
		١٤-٣		١٥	% ١٠٠
٣	الإنهاك البدني	٨-٧-٤-٣-٢-١		١٥	% ١٠٠
		٩-٦-٥		١٤	% ٩٣,٣٣

وفي ضوء ذلك وبناء على ملاحظات السادة الخبراء تم التعديل في لغة واسلوب بعض الفقرات وتم اعتماد الفقرات التي حصلت على نسبة أكثر من ٧٥٪ من موافقة السادة الخبراء إذ تم الاعتماد عليها في عمليات بناء المقياس لإجراء القوة التمييزية وإجراء التجارب الاستطلاعية

التطبيق الاستطلاعي الاولى للمقياس

طبّق المقياس وبصورته الاولى ذي الـ (٢٤) فقرة الملحق (٤) على عينة من لاعبي اندية محافظة نينوى قوامها (٨) لاعبين بواقع (٣) لاعبين من نادي عمال نينوى، (٣) لاعبين من نادي نينوى و(٢) لاعبة من نادي الفتاة سحبت من عينة البناء لاعباً والجدول (٤) يبين ذلك

الجدول (٤) عينة التطبيق الاستطلاعي الاولى لمقياس الاحتراق النفسي للرياضيين

عدد اللاعبين	اسم النادي
٣	عمال نينوى
٣	نينوى
٢	الفتاة
٨	المجموع الكلي

ولقد لجأ الباحثان الى هذه الاجراء للتحقق من مدي مناسبة الفقرات من حيث الصياغة والمضمون مع عينة البحث واذا ما وجد بان هنالك اسئلة او فقرات تتطلب التوضيح والتعديل .

وقد اظهرت نتيجة التجربة الاستطلاعية الاتي :

- وضوح الفقرات وعدم وجود أي غموض حول فقرات المقياس .

- احتساب الزمن المستغرق للإجابة عن فقرات المقياس اذ بلغ (١٠-١٥) دقائق في المتوسط .

٣-٤-٢ صدق البناء :

وقد تم إجراء التحليل الإحصائي بطريقتين هما:

٣-٤-٢-١ أسلوب المجموعتين المتطرفتين :

تم استخراج درجة كل فقرة ليتم في ضوء ذلك استخراج الدرجة الكلية لكل استمارة من استمارات عينة صدق البناء والبالغة (١٣٠) استمارة ، ثم تم ترتيب درجات اللاعبين تنازلياً إستناداً إلى أسلوب المجموعتين المتطرفتين إذ تم اختيار نسبة (٢٧٪) من الدرجات العليا و(٢٧٪) من الدرجات الدنيا وبواقع (٣٥) لاعباً لكل مجموعة لتمثلا المجموعتين المتطرفتين .

وقام الباحثان بإجراء الاختبار التائي على المجموعتين المتطرفتين بهدف معرفة الفرق بينهما واعتمد في ذلك قيمة (ت) الدالة إحصائياً مؤشراً لتميز الفقرات والجدول (٥) يبين ذلك .

جدول (٥) يبين درجات المجموعتين العليا والدنيا والقيمة التائية لمقياس الاحتراق النفسي

الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة (ت) المحسوبة
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
٠١	٠,٦٦٣٢٥	٢,٦٦١٥	٠,٨١٥٤٢	٦,٧٢٦	
٠٢	٠,٧٦٠١٩	٢,٧٠٧٧	١,٠٧١٢٦	٣,١١٦	
٠٣	٠,٧٦٠١٩	٢,٨٧٦٩	٠,٨٥٧١٠	٠,٩٧٤ غير معنوي	
٠٤	٠,٧٦٤٩٢	٢,٤٣٠٨	٠,٧٦٩٩٣	٦,٤٠٠	
٠٥	٠,٨٠٠٢٤	٢,٥٨٤٦	٠,٧٤٧٧٥	٢,٩٤٥	
٠٦	٠,٧٨٦٦١	٢,٣٥٣٨	٠,٨٧٣٧٦	٧,١٧٤	
٠٧	٠,٨٠٧٧٢	٣,٥٦٩٢	١,٤١٣٨٧	٢,١٣٣	
٠٨	٠,٧٥٤١٦	٢,٨٩٢٣	٠,٧٣١٥٠	٢,٣٦١	
٠٩	٠,٨١٩٨٣	٢,٦١٥٤	٠,٧٦٤٢٩	٣,٦٥٢	
٠١٠	٠,٨٣٤٩٣	٢,٣٣٨٥	٠,٧٧٦١٥	٥,٢٢٣	
٠١١	٠,٨٤٩٧٧	٢,٥٣٨٥	١,٠١٦٦٩	٤,٧٧٤	
٠١٢	٠,٧١٩٥٨	٢,٦٤٦٢	٠,٧١٦٥٦	١,٤٦٦ غير معنوي	
٠١٣	٠,٨٢٩٧٤	٢,٨١٥٤	٠,٧٤٧٧٥	٣,١٠٩	
٠١٤	٠,٨٠٨٠١	٢,٤٩٢٣	٠,٧٧٣٠٤	٤,٩٩١	
٠١٥	٠,٧٢٦٥٦	٢,٦٧٦٩	٠,٨٦٧٩٧	٣,٦١٦	
٠١٦	٠,٨٤٢٦٧	٢,٦١٥٤	١,١٢٧٦٧	٢,٧٣١	

٢,٩٨١	٠,٦٩٦١٤	٢,٨٧٦٩	٠,٩٣٤١٣	٣,٣٠٧٧	٠١٧
٢,٨٤٣	٠,٨٣٨٣٨	٢,٧٨٤٦	٠,٦٩٧٥٢	٣,١٦٩٢	٠١٨
٣,٣٣٥	٠,٨١٩٥٣	٢,٧٨٤٦	٠,٩١٣٨٤	٣,٢٩٢٣	٠١٩
٤,١٣٤	٠,٨١٥٤٢	٢,٣٣٨٥	١,٠٣٨٢١	٣,٠١٥٤	٠٢٠
٥,٠٧٠	٠,٦٨٧١١	٢,٤٧٦٩	٠,٩٢١٩٥	٣,٢٠٠٠	٠٢١
٦,٦٦٨	٠,٦٧٧٥٩	٢,٣٨٤٦	٠,٧٩١١٨	٣,٢٤٦٢	٠٢٢
٣,٠٤٧	٠,٧٨٤٤٦	٢,٦١٥٤	٠,٧٦٩٩٣	٣,٠٣٠٨	٠٢٣
٤,٦٦٦	٠,٩١١٢٠	٢,٦٣٠٨	٠,٨١٥٤٢	٣,٣٣٨٥	٠٢٤
٣,٣٠٩	٠,٨٨٨٧٧	٢,٧٣٨٥	٠,٨٠٥٦٣	٣,٢٣٠٨	٠٢٥
٥,٨٧٧	٠,٧٠٢٦٧	٢,٤٠٠٠	٠,٨٩٧٣٨	٣,٢٣٠٨	٠٢٦
٤,٠٢٥	٠,٨٤٥٨٠	٢,٤١٥٤	١,٠٢٠٢٣	٣,٠٧٦٩	٠٢٧
٥,١٦٥	٠,٨١٠٦٩	٢,٥٥٣٨	٠,٨٨٥٧٩	٣,٣٢٣١	٠٢٨
٣,٣٩٠	٠,٩٤٠٠٣	٢,٦٦١٥	٠,٨٦٩٦٣	٣,٢٠٠٠	٠٢٩
٣,٣٤٨	١,٠٣٢٤١	٢,٦٧٦٩	٠,٩٠١٩٢	٣,٢٤٦٢	٠٣٠
٥,١٠٤	٠,٧٨٩٩٦	٢,٤٣٠٨	٠,٨٥٨٢٢	٣,١٦٩٢	٠٣١
٦,٤٣٣	٠,٧٦٤٢٩	٢,٣٨٤٦	٠,٨٤٢٦٧	٣,٢٩٢٣	٠٣٢
٢,٦٧٦	٠,٩٥٠٧١	٢,٦٩٢٣	٠,٩٤٩٩٥	٣,١٣٨٥	٠٣٣
٠,٦٥٩ غير معنوي	١,١٧٨٣٣	٢,٩٤٦٢	٠,٩٣٧٢١	٣,٥٢٣١	٠٣٤
٥,١٣٩	٠,٧٢٢٩١	٢,٢٩٢٣	٠,٩٦٦٢٦	٣,٠٦١٥	٠٣٥
٣,٨١٥	٠,٦٧٧٥٩	٢,٦١٥٤	٠,٥٥٨١٦	٣,٠٣٠٨	٠٣٦
٦,٤٣٨	٠,٨٤٧٢٢	٢,٤٣٠٨	٠,٨٤٢١٠	٣,٣٨٤٦	٠٣٧
٢,٤٨٢	٠,٨٤٤١٠	٢,٦٠٠٠	٠,٧٠٤٣٨	٢,٩٣٨٥	٠٣٨
٣,٤٧٦	٠,٨٤٩٧٧	٢,٤٧٦٩	٠,٨٦٦٠٣	٣,٠٠٠	٠٣٩
٤,٤٥٦	٠,٧٤٩٣٦	٢,٥٦٩٢	٠,٩٦٨٧٤	٣,٢٤٦٢	٠٤٠
٣,٥٧٩	٠,٧٣١٥٠	٢,٤٩٢٣	٠,٩٦٧٧٥	٣,٠٣٠٨	٠٤١
٢,٤٣٢	٠,٧٥٤١٦	٢,٤٠٠٠	٠,٨٣٠٦٠	٢,٩٤٦٤	٠٤٢

ومن خلال الجدول (٥) وعند مقارنة القيم التائية المحسوبة الخاصة بالفقرات مع القيمة التائية الجدولية البالغة (٢,٠٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) درجة حرية (٧٨) تبين أن جميع القيم التائية المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٨)، باستثناء الفقرات ذات التسلسل (٣، ١٢، ٣٤) فقد تراوحت القيم التائية للفقرات المميزة (٠,٩٧٤، ١,٤٦٦، ٦٥٩) على التوالي وهي دالة غير معنوية.

٣-٤-٢ معامل الاتساق الداخلي

لاستخراج معامل الاتساق تم استخدام معامل الارتباط لبيرسون لقياس درجة ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس ولكل لاعب والجدول (٦) يبين ذلك.

جدول (٦) يبين قيم معاملات الارتباط لعبارات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	٠,٥٤٨	١٦	٠,١٠٧ غير معنوي	٢٩	٠,٣٩٦
٢	٠,٢٣٢	١٧	٠,٣٨٣	٣٠	٠,٤٠٨
٤	٠,٤١٢	١٨	٠,٢٤٥	٣١	٠,٤٤٣
٥	٠,٣٠١	١٩	٠,٣٤٤	٣٢	٠,٥٧٦
٦	٠,٦٥٠	٢٠	٠,٤٦٦	٣٣	٠,٢١٥
٧	- ٠,٠٣١ غير معنوي	٢١	٠,٤٩٩	٣٥	٠,٤٠
٨	٠,٣٣٧	٢٢	٠,٥٦٤	٣٦	٠,٢٦٦

٠,٤٨٩	٠,٣٧	٠,٣٢٨	٢٣	٠,٤١٠	٩
٠,٣٣٧	٠,٣٨	٠,٤٦٨	٢٤	٠,٤٦٥	١٠
٠,٤٥٠	٠,٣٩	٠,٤٨٢	٢٥	٠,٣٨٤	١١
٠,٤٥٠	٠,٤٠	٠,٥٣٠	٢٦	٠,٣٠٥	١٣
٠,٣٦٧	٠,٤١	٠,٣٨٧	٢٧	٠,٤٥٠	١٤
٠,٣٢٠	٠,٤٢	٠,٤٩٢	٢٨	٠,٥١٥	١٥

يتضح من الجدول (٦) إن قيم معامل الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت بين (٠,٢٣٢ - ٠,٦٥٠) وعند الرجوع إلى جداول دلالة معامل الارتباط عند درجة حرية (١٢٨) وأمام مستوى معنوية (٠,٠٥) نجد أن قيمة (ر) الجدولية تساوي (٠,١٧٤) وعند مقارنتها مع قيمة (ر) المحتسبة لمعاملات الارتباط للفقرات نجد إن جميع فقرات المقياس كانت متسفة باستثناء الفقرتان (٧، ١٦) والتي بلغت فيها قيمة (ر) المحتسبة (-٠,٠٣١)، (٠,١٠٧) على التوالي وهي دالة غير معنوية، كما قام الباحثان باستخراج معامل الارتباط لكل فقرة مع البعد الذي تنتمي إليه. الجدول (٧) يبين معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والبعد الذي تنتمي إليه بالنسبة للأبعاد (العقلي، الانفعالي، البدني)

محاور المقياس							
أولاً/ الإنهاك العقلي		ثانياً/ الإنهاك الانفعالي				ثالثاً/ الإنهاك البدني	
الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	٠,٥٥٢	١٣	٠,٢٦٧	٢٤	٠,٥٠٦	٣٥	٠,٥١٤
٢	٠,٣١٨	١٤	٠,٤٥٠	٢٥	٠,٥٠٣	٣٦	٠,٢٦٨
٤	٠,٦٠٣	١٥	٠,٥٣٨	٢٦	٠,٥٠٣	٣٧	٠,٥٥١
٥	٠,٢٩٢	١٧	٠,٤٤٦	٢٧	٠,٤٤٤	٣٨	٠,٤٠٨
٦	٠,٦٥٨	١٨	٠,٢٣٦	٢٨	٠,٥٦٧	٣٩	٠,٥٤٣
٨	٠,٥٢٠	١٩	٠,٣٦١	٢٩	٠,٤٢٩	٤٠	٠,٥٩٦
٩	٠,٤٧٦	٢٠	٠,٤٦٤	٣٠	٠,٤٥٥	٤١	٠,٣٨٤
١٠	٠,٤٩٨	٢١	٠,٥٥٠	٣١	٠,٤٥٣	٤٢	٠,٤٧٥
١١	٠,٥٠٩	٢٢	٠,٥٠	٣٢	٠,٥٧١		
		٢٣	٠,٣٥٦	٣٣	٠,٢٢٧		

يتضح من الجدول (٧) أن قيم معامل الارتباط قد تراوحت ما بين (٠,٢٢٧ - ٠,٥٩٦) وعند الرجوع إلى جدول دلالة معامل الارتباط عند درجة حرية (١٢٨) وأمام مستوى معنوية (٠,٠٥) نجد إن قيمة (ر) الجدولية تساوي (٠,١٩٥) وفي ضوء ذلك فإن جميع الفقرات كانت مميزة وذلك لأن قيم معامل الارتباط الخاص بها أعلى من قيمة (ر) الجدولية، ومن خلال إجراءات القوة التمييزية والاتساق الداخلي يمكن أن نستدل على صدق البناء للمقياس.

للحصول على الثبات استخدم الباحثان الطرائق الآتية :

٣-٥-١ طريقة التجزئة النصفية

وتم ايجاد معامل الثبات من خلال معامل الارتباط بيرسون بين درجات نصفي الاختبار، إذ بلغت قيمة الارتباط بين نصفي الاختبار (٠,٧٤٢) وهو مؤشر جيد لثبات المقياس.

٣-٦ وصف المقياس بصيغته النهائية وتصحيحه:

بعد إجراء كافة المتطلبات اللازمة لبناء مقياس الاحتراق النفسي للرياضيين، استقر المقياس بصيغته النهائية على (٣٧) فقرة والتي تمت صياغتها بشكل ايجابي موزعة على (٣) محاور وهي:

- الإنهاك العقلي: إذ اشتمل هذا المحور على (٩) فقرات التي تحمل التسلسل من (١ إلى ٩)
 - الإنهاك الانفعالي: يتكون هذا المحور من (٢٠) فقرة التي تحمل التسلسل من (١٠ إلى ٢٩)
 - الإنهاك البدني: يتكون هذا المحور من (٨) فقرات التي تحمل التسلسل من (٣٠ إلى ٣٧)
- وتكون الإجابة عن فقرات المقياس على وفق خمسة بدائل طبقاً لمقياس ليكرت الخماسي وهي (وافق بدرجة كبيرة جداً، اوافق بدرجة كبيرة، اوافق بدرجة متوسطة، اوافق بدرجة قليلة، اوافق بدرجة قليلة جداً) وتحسب الدرجة الكلية للمستجيب وفقاً للبدائل المختارة عن كل فقرة والتي تتراوح ما بين (٥ - ١) درجة مرتبة تنازلياً على وفق البدائل للفقرات الإيجابية، وبذلك تراوحت الدرجة العليا للمقياس (١٨٥) درجة، والدرجة الدنيا للمقياس (٣٧) درجة.

٣-٧ تطبيق المقياس

بعد اتمام بناء مقياس الاحتراق النفسي للرياضيين تم تطبيق المقياس على (١٢٩) لاعب من اللاعبين الذين لم يندرجوا ضمن عينة التحليل الاحصائي، وتم استبعاد (٢٩) لاعباً لعدم اجاباتهم على الاستمارات او عدم الدقة في الاجابة وبذلك بلغت عينة التطبيق النهائية (١٠٠) لاعبا مثلوا (٧) اندية في محافظة نينوى وهي (عمال نينوى، الفتوة، نينوى، المستقبل المشرق، الموصل، الفتاة، ايد شيت) بخمسة فعاليات من فعاليات الالعاب الجماعية (كرة القدم، كرة قدم الصالات، كرة الطائرة، كرة السلة، كرة اليد)، وتم شرح طريقة الاجابة على فقرات المقياس، وذلك بوضع علامة (✓) أمام كل فقرة، وتحت البديل الذي تراه مناسباً، علماً أن الاجابة تكون على استمارة المقياس نفسه، ثم تم جمع استمارات المقياس من اللاعبين، وتم تصحيحها، وبهذا تكون درجة المختبر على المقياس هي مجموع درجاته على فقرات المقياس جميعاً.

٣-٧ الوسائل الإحصائية:

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- قانون النسبة المئوية.
- معامل الارتباط البسيط لبيرسون.
- اختبار (ت) لعينتين مستقلتين.
- تحليل التباين
- اختبار شيفيه

٤- عرض النتائج ومناقشتها: سيتم عرض النتائج ومناقشتها من خلال البيانات الاحصائية التي تم الحصول عليه من خلال عينة البحث (عينة التطبيق) التي اشتملت على (١٠٠) لاعب ولاعبة ولاعبة يمارسون (٥) فعاليات، بواقع (٢٥) لاعباً في كرة القدم و(٢٥) لاعباً كرة قدم الصالات و(٢٠) لاعباً ممن يمارسون كرة الطائرة و(١٥) لاعباً يمارسون كرة اليد و(١٥) لاعباً يمارسون كرة السلة بغية التأكد من مدى تحقيق اهداف الدراسة وكالاتي:

٤-١ الهدف الأول: التعرف على درجة الاحتراق النفسي للاعبين الالعاب الجماعية.

الجدول (٨) يبين القيم الاحصائية لدى افراد عينة البحث على مقياس الاحتراق النفسي

المتغيرات	المعالم الاحصائية	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة ت
الاحتراق النفسي	١٠٠	٠,٩٠,١١٧	٣٢٤,١٢	١١١	٩٤١,٤	

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وبدرجة حرية (ن - ١) = ٩٩ وقيمة (ت) الجدولية (١, ٩٩).

يتبين من الجدول رقم (٨) ان قيمة المتوسط الحسابي لإجابات عينة البحث على مقياس الاحتراق النفسي بلغت (٠,٩٠,١١٧) درجة وبانحراف معياري قدره (٣٢٤,١٢)، وعند اختبار معنوية الفروق بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي للمقياس البالغ (١١) درجة باستخدام الاختبار (التائي) لعينة واحدة بلغت قيمة (ت) المحتسبة (٩٤١,٤) درجة عند مستوى معنوية $\geq (٠,٠٥)$ وهي قيمة اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (١, ٩٩) درجة، مما يدل على ان الفرق معنوي، ولمصلحة عينة البحث

٤-٢ عرض المستويات المعيارية لنتائج عينة البحث في مقياس الاحتراق النفسي

لغرض تقييم مستوى الاحتراق النفسي للرياضيين في محافظة نينوى، ونتيجة لعدم وضوح الرؤيا من خلال الدرجات الخام قام الباحثان بوضع مستويات معيارية لعينة البحث

الجدول (٩) يبين المستويات المعيارية لمقياس الاحتراق النفسي

المستوى	القيم		التكرارات	النسبة المئوية
	من	إلى		
جيد جداً	١٢٦	فما فوق	١٨	١٨ %
جيد	١١٢	١٢٥	٤٦	٤٦ %
متوسط	٩٨	١١١	٢٦	٢٦ %
مقبول	٨٥	٩٧	٧	٧ %
ضعيف	٧١	٨٤	٣	٣ %
ضعيف جداً	٧٠	فما دون	صفر	صفر %
المجموع			١٠٠	١٠٠ %

من خلال ملاحظتنا للجدول (٩) يتبين لنا الآتي:

إن عدد اللاعبين في المستوى المعياري (جيد جداً) بلغ (١٨) لاعب وبنسبة مئوية مقدارها (١٨٪). بينما بلغ عدد اللاعبين في المستوى المعياري (جيد) (٤٦) لاعباً وبنسبة مئوية مقدارها (٤٦٪). وبلغ عدد اللاعبين في المستوى المعياري (متوسط) (٢٦) لاعب وبنسبة مئوية مقدارها (٢٦٪). بينما حصل المستوى المعياري (مقبول) على (٧) لاعب وبنسبة مئوية مقدارها (٧٪). في حين بلغ عدد اللاعبين في المستوى المعياري (ضعيف) (٣) لاعبين وبنسبة مئوية مقدارها (٣٪). وأخيراً لم يحصل المستوى المعياري (ضعيف جداً) على أي لاعب.

من خلال ذلك يتضح لنا أن النسبة الأكبر من اللاعبين كانوا ضمن مستويات الاحتراق النفسي (جيداً جداً) و(جيد) و (متوسط) والتي أظهرت فيها نسبهم وتكراراتهم إلى وصول الرياضيين بمختلف الفعاليات الجماعية قيد البحث إلى حالة الاحتراق كما بينته المستويات المعيارية للاعبين فضلاً عن ما أكدته إجاباتهم المبينة في الجدول السابق والتي أشارت أيضاً إلى وصول الرياضيين إلى حالة الاحتراق النفسي من خلال مقارنة إجاباتهم مع المتوسط الفرضي للمقياس .

ويعزو الباحثان ذلك إلى أن الرياضيين بالدرجة الأولى كغيرهم من أبناء المجتمع بحاجة إلى العيش باستقرار سواء كان على مستوى الجانب الأمني أو على مستوى الجانب المعيشي المتمثل بتوفير المردود المادي المناسب للرياضي كغيره من أقرانه الرياضيين في بقية الدول المجاورة والذي لا يتلاءم مع المتطلبات الواقعة على كاهله وهذا ما أشار إليه (علاوي، ١٩٩٨) بأن تعرض الرياضي للاحتراق هو "نتيجة للزيادة المستمرة والدائمة في الضغوط والاعباء والمتطلبات الواقعة على كاهله مع عدم قدرته على تحملها أو الوفاء بها والتي ينتج عنها انخفاض حاد ومستمر في مستوياته وقدراته". (علاوي، ١٩٩٨، ٣٣-٣٤) وبالتالي التحرر من هذا الضغط وشعور الرياضيين بأن لهم مكانة مميزة في المجتمع هي مسؤولية تقع على عاتق المسؤولين من خلال توفير كل ما يلزم الرياضيين للتقليل من الأمور التي أثقلت على كاهلهم في محافظة نينوى وأوصلتهم إلى مرحلة الانهك أو الاحتراق الرياضي ابتداءً بتوفير المنشآت الجيدة وتخصيص الدعم المادي الذي يمكن الرياضي من الاستمرار في التدريبات وتوفير كوادرات تدريبية تعمل على إعداد برامج تدريبية تناسب فيها متطلبات الإدارات مع إمكانيات وقابليات اللاعبين وغيرها من الأمور التي من شأنها إيقاف الأفكار السلبية للرياضيين واستبدالها بأفكار جيدة تساعدهم على الاستمرار في الرياضة وتجعلهم قادرين على إدارة الضغوط النفسية المتعلقة بالبيئة المحيطة. "إذا يجب على المدرب العناية الشاملة بالفرد الرياضي ومحاولة إرجاع وتقوية ثقته بنفسه واستعادته لروح المعنوية، فضلاً عن تنظيم تدريبات خاصة بالنسبة لهؤلاء اللاعبين يتضمن فترات راحة طويلة والاكثار من تمارين التهدئة، من ناحية أخرى ينبغي مراعاة استخدام بعض المهارات النفسية التي تساعد اللاعب على التخلص من بعض الأسباب التي تثير الاجهاد والتي يمكن أن ينصح بها الإخصائي النفسي الرياضي مثل التدريب على الاسترخاء أو تمارين التصور الحركي أو الكلام الذاتي ووضع الأهداف". (علاوي، ١٩٩٨، ٤١-٤٢)

٣-٤ الهدف الثالث: التعرف على دلالة الفروق للاحتراق النفسي بين لاعبي الفعاليات الجماعية (كرة القدم، كرة قدم الصالات، كرة السلة، كرة اليد، كرة الطائرة) في محافظة نينوى.

الجدول (١٠) يبين نتائج تحليل التباين للفعاليات الجماعية في الاحتراق النفسي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفاتية	
				المحسوبة	الجدولية
بين المجموعات	٥٨٨٢,٤٥٣	٤	١٤٧٠,٦١٣	٠٠٥,١٩	٢,٣٦٨
داخل المجموعات	٧٣٥١,١٨٧	٩٥	٧٧,٣٨١		
الكلية	١٣٢٣٣,٦٤٠	٩٩			

باستخدام تحليل التباين للكشف عن دلالة الفروق المعنوية بين الفعاليات الجماعية (كرة القدم، كرة قدم الصالات، كرة السلة، كرة اليد، كرة الطائرة) في الاحتراق النفسي أظهرت النتائج أن هناك فرق دال معنوياً بين المجموعات الخمسة إذ كانت القيمة الفاتية المحسوبة تساوي (٥,٢٢٩) وهي أكبر من القيمة الفاتية الجدولية البالغة (٢,٣٦) والمستخرجة بدرجات حرية (٩٥) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) ولما كانت نتائج التحليل تشير إلى وجود فرق دال إحصائياً بين المجموعات (الفعاليات الرياضية الجماعية قيد البحث) عليه تطلب الأمر استخدام اختبار بعدي للكشف عن مواقع الفروق ولهذا استخدم الباحثان اختبار شيفيه البعدي (Scheffe Post Hoc Test) "إذ يفضل استخدام هذا الاختبار عندما تكون عدد المجموعات غير متساوي". (عودة والخليلي، ٢٠٠٠، ص٣٦٤) حيث تم مقارنة المجموعات وكما مبين في الجدول (١٠)

الجدول (١١) يبين نتائج المقارنة بين المجموعات باستخدام اختبار شيفيه

المجموعات المقارنة	المتوسط الحسابي	الفرق بين المتوسطات	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
كرة القدم	١٢٧,١٦٠	١,٠٨٠-	٢,٤٨٨	٠,٩٩٦

كرة قدم الصالات	١٢٨,٢٤٠		
كرة القدم	١٢٧,١٦٠	*١٤,٤٢٦	٢,٨٧٢
كرة السلة	١١٢,٧٣٣		٠,٠٠٠
كرة القدم	١٢٧,١٦٠	*١٣,٨٢٦	٢,٨٧٢
كرة اليد	١١٣,٣٣٣		٠,٠٠٠
كرة القدم	١٢٧,١٦٠	*١٥,٦٦٠	٢,٦٣٨
كرة الطائرة	١١١,٥٠٠		٠,٠٠٠
كرة قدم الصالات	١٢٨,٢٤٠	*١٥,٥٠٦	٢,٨٧٢
كرة السلة	١١٢,٧٣٣		٠,٠٠٠
كرة قدم الصالات	١٢٨,٢٤٠	*١٤,٩٠٦	٢,٨٧٢
كرة اليد	١١٣,٣٣٣		٠,٠٠٠
كرة قدم الصالات	١٢٨,٢٤٠	*١٦,٧٤٠	٢,٦٣٨
كرة الطائرة	١١١,٥٠٠		٠,٠٠٠
كرة السلة	١١٢,٧٣٣	-٠,٦٠٠	٣,٢١٢
كرة اليد	١١٣,٣٣٣		١,٠٠٠
كرة السلة	١١٢,٧٣٣	١,٢٣٣	٣,٠٠
كرة الطائرة	١١١,٥٠٠		٠,٩٩٧
كرة اليد	١١٣,٣٣٣	١,٨٣٣	٣,٠٠٤
كرة الطائرة	١١١,٥٠٠		٠,٩٨٤

من خلال ملاحظة الجدول (١٠) نلاحظ ان نتائج المقارنة بين مجموعات البحث (الالعاب الجماعية) بين فروقات المتوسطات للاحتراق النفسي اوجدت عدم وجود فرق داله احصائياً بين متوسط درجات كرة القدم ومتوسط درجات كرة قدم الصالات بينما نلاحظ وجود فرق داله احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسط درجات مجموعتي كرة القدم وكرة قدم الصالات والبالغة على التوالي (١٢٧,١٦٠ ، ١٢٨,٢٤٠) ومتوسط درجات مجموعات كرة السلة وكرة اليد وكرة الطائرة والبالغة على التوالي (١١٢,٧٣٣، ١١٣,٣٣٣، ١١١,٥٠٠) درجة ولمصلحة مجموعتي المتوسط الحسابي الأكبر وهي كرة القدم وكرة قدم الصالات. بينما نلاحظ عدم وجود فرق دال احصائياً بين متوسط درجات كرة السلة ومتوسط درجات كرة اليد ، كما نلاحظ ايضا عدم وجود فرق دال احصائياً بين متوسط درجات كرة اليد ومتوسط درجات كرة الطائرة . ومن هذا يستنتج الباحثان أن درجة الاحتراق النفسي هي الأكثر ظهوراً في مجموعة فريق كرة القدم وكرة قدم الصالات مقارنة بمجموعات فعاليات كرة السلة وكرة اليد وكرة الطائرة إذ تباينت أوساطهم الحسابية ولصالح لاعبي كرة القدم وكرة قدم الصالات .

اذ يعزو الباحثان السبب إلى طبيعة فعاليتي كرة القدم وكرة قدم الصالات كونهما فعاليتان أكثر شعبية وجماعية وأكثر تغطية عن باقي الفعاليات الاخرى وهذا ما يولد ضغوط نفسية عند اللاعبين كالضغوط المتولدة جراء عملية التدريب وتشكيل الاحمال التدريبية والضغوط المرتبطة بالمنافسة والضغوط المتعلقة بمتطلبات الجهاز الفني والاداري للفرق الرياضية اذ نلاحظ مثل هذه الضغوط واضحة على لاعبي كرة القدم وكرة قدم الصالات بشكل عام وعلى لاعبي كرة القدم والصالات في محافظة نينوى على وجه الخصوص على اعتبار ان هاتين الفعالتين لهما دوري منظم ولهما قاعدة جماهيرية كبيرة فمن الطبيعي بان هذه المتابعة ستشكل ضغط كبيرة على اللاعبين في تحقيق الفوز من قبل الافراد المعنين بتدريب وإدارة النادي والجمهور المتابع لهم مثل هذه المطالب قد تفوق قدرات وقابليات اللاعبين وتخلق نوع من العب النفسي يكون بمثابة التهديد والتشتت الذهني وهذا ما اشار الية (الخيكاني ، ٢٠٠٨) " بان المستوى العالي من التهديد الذي يقود الى مستوى عالي من القلق فانه لا يقود سوى الى الاداء السلبي للاعب حيث لا بد وان يتأثر اداء ذلك اللاعب بحجم التهديد وما يسببه من اثار على النواحي الجسمية والفسولوجية وعلى قدرته العقلية وفعاليتها التي لها التدخل الاكبر في المنافسة من تفكير وتذكر وتوظيف الانتباه وتركيزه وغيرها بشكل خالي من المشتتات البيئية (الخيكاني ، ٢٠٠٨ ، ٢٥٧) وهذا ما اكد عليه (راتب، ١٩٩٧) إلى "أن الاهتمام الزائد بالمكسب أكثر من الاهتمام بالرياضي يعبر عن التركيز الزائد على ضرورة المكسب (الفوز) فيعد من العوامل التي تزيد الضغوط النفسية على الرياضي وتزداد هذه المشكلة حدةً عندما نتعامل مع الرياضي كوسيلة لتحقيق الفوز ولا نهتم بحاجاته فمن منظور الإعداد النفسي والصحة النفسية للرياضي يجب أن يعطى الاهتمام أولاً بالرياضي ثم يأتي الفوز في المرحلة التالية " (راتب، ١٩٩٧، ١٧٨)

٥- الاستنتاجات

- ١- فاعلية المقياس الذي تم بنائه لقياس درجة الاحتراق النفسي لدى لاعبي الالعاب الجماعية في محافظة نينوى .
- ٢- ارتفاع درجة الاحتراق النفسي لدى لاعبي الالعاب الجماعية في محافظة نينوى .
- ٣- تباين درجات الاحتراق النفسي بين فعاليتي كرة القدم وكرة قدم الصالات مع باقي الفعاليات الاخرى قيد البحث.

- المصادر

- ١- حمد، حامد سليمان (٢٠١٢)؛ "علم النفس الرياضي"، ط١، دار العراب للدراسات والنشر والترجمة، دمشق، سوريا.
- ٢- الخيكاني ، عامر سعيد (٢٠٠٨): "سيكولوجية كرة القدم"، دار الضياء للطباعة والنشر ، ط١ ، العراق .
- ٣- راتب ، اسامة كامل (١٩٩٧): "اعداد النفسى لتدريب الناشئين"، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٤- السعداوي، محسن علي وحسان، عبد الكاظم جليل ونزال، عبد الحليم جبر (٢٠٠٩): "دراسة مستوى الاحتراق النفسى وعلاقته بمفهوم الذات لدى لاعبي كرة القدم"، مجلة ميسان لعلوم التربية البدنية، العدد (١)، العراق.
- ٥- علاوي، محمد حسن (١٩٩٨): "سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرّب الرياضي"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٦- علاوي، محمد حسن ورضوان، نصرالدين (٢٠٠٠) : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الكتب، القاهرة.
- ٧- عودة ، احمد سليمان والخليلي ، خليل يوسف : (٢٠٠٠) ، الاحصاء للباحث في التربية والعلوم الانسانية ، ط٢ ، دار الامل للنشر والتوزيع ، عمان

8- Fender, L. (1989) : Athlete burnout. The sport psychologist ,

- الملاحق

الملحق (١) يبين فقرات مقياس الاحتراق النفسي لدى الرياضيين بصيغته الاولى

المحور الأول: الإنهاك العقلي

ت	الفقرات	تصلح	لا تصلح	تصلح بعد التعديل
١	اشعر بانني غير قادر على تذكر توجيهات المدرب لي أثناء المنافسة.			
٢	يقلقني التعرض للإصابة الرياضية أثناء التدريب والمنافسة.			
٣	أقوم بكبت المشاكل في نفسي وعدم عرضها على زملائي وإدارة النادي.			
٤	اشعر بضعف القدرة على انجاز أو تحقيق الأهداف التي يطلبها مني المدرب.			
٥	أعاني من ضعف التخطيط المسبق للإعدادات للمنافسات.			
٦	اشعر بقلّة التركيز لكثرة الواجبات التي يطلبها مني المدرب.			
٧	يقلقني العودة إلى مستواي المطلوب بعد الإصابة الرياضية.			
٨	يدور في ذهني أفكار عن احتمال مشاركتي في المنافسات.			
٩	يراودني الشعور بالانتقاد من قبل الزملاء والمدرب و الجمهور.			
١٠	اشعر بان الجهد الذي ابذله في التدريب يعيقني عن مواصلة حياتي اليومية بصورة مقبولة.			
١١	أجد صعوبة في استعادة تركيز انتباهي عندما ارتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة.			
١٢	افقد التركيز أثناء المنافسة عندما ينتقد المدرب أو الزملاء أدائي.			

المحور الثاني: الإنهاك الانفعالي

ت	الفقرات	تصلح	لا تصلح	تصلح بعد التعديل
١	اشعر أنني غير قادر على التحكم في انفعالاتي في ظروف المنافسة الصعبة.			
٢	اعجز عن التحكم في انفعالاتي عندما يستفزني الزميل أو المدرب في النادي.			
٣	انترفز بسرعه عند شعوري بالتعب أو لأي سبب كان.			
٤	إن كثرة الأخطاء التي يقوم بها زملائي خلال التمرين تجعلني انفعل بسرعة.			
٥	يقلقني تأجيل النادي للمعسكرات والأنشطة الترويحية من خلال الإقناع بان هذه الأنشطة تأتي في وقت آخر.			

٦	يقلقني مواجهة منافسين ذات مستوى أعلى من مستواي.
٧	اشعر بزيادة التوتر والقلق عند بدء المنافسة.
٨	يسبب لي التدريب في بعض الأوقات المزيد من الضغط مما يؤثر على أدائي.
٩	اشعر بقلّة الانجازات التي حصلت عليها مقارنة بالواجبات التي أقوم بها.
١٠	اشعر بضغط نفسي عالي عندما تكون التوقعات مرتفعة في المنافسة.
١١	اشعر باستثارة عالية لأي سبب من الأسباب أثناء التدريب أو المنافسة.
١٢	أتضايق من كثرة التكتلات التي تحدث في النادي.
١٣	اشعر بانخفاض في قدراتي النفسية عند التعرض المكرر للهزيمة في المنافسة.
١٤	أتذمر عندما يكلفني المدرب بواجبات بعيدة عن تخصصي.
١٥	أعاني من كثرة تدخل الإدارة في الأمور الفنية للمدرب.
١٦	يقلقني التدخل من بعض اللاعبين في فرض آرائهم على الكادر التدريبي.
١٧	أعاني من ضعف اهتمام إدارة النادي لنتائج وانجازات الرياضيين.
١٨	اشعر أن هنالك تميزا لبعض اللاعبين في النادي.
١٩	يضايقني الشعور بان المنافس يمكن أن يهزمي.
٢٠	اشعر بعدم الثبات في مستواي العام مقارنة مع الحدود القصوى لقدراتي.
٢١	يضايقني التغيير المفاجئ لمواعيد التدريب.

المحور الثالث: الإنهاك البدني

ت	الفقرات	تصلح	لا تصلح	تصلح بعد التعديل
١	اشعر بعدم الرضا عن المستوى الذي أقدمه وان لدي مستوى أفضل أثناء المنافسة.			
٢	اشعر بضعف الحيوية والنشاط عند ممارسة النشاط الرياضي			
٣	اشعر بأنني لا أستطيع أن أنفذ ما يطلبه مني المدرب أثناء التدريب أو المنافسة .			
٤	اشعر بالإرهاق والتعب الشديدين بعد أداء أي جهد بدني.			
٥	اشعر بانخفاض في مستوى لياقتي البدنية مقارنة بزملائي.			
٦	اشعر بصعوبة في العودة إلى الحالة الطبيعيه بعد أداء جهد بدني قوي.			
٧	اشعر بعدم الراحة عند تأدية بعض التمارين البدنية.			
٨	يقلقني عدم التطور في مستواي البدني على الرغم من التدريبات التي أنجزها.			
٩	اشعر بعدم الثقة في قدرتي على الممارسة المنتظمة لتمرينات اللياقة البدنية.			